

'Omgaan met moeilijke momenten'

Type

Lezing/workshop

Startdatum

17/10/2024

Locatie

Prof. Rubbrechtstraat 95, 8972 Poperinge, Belgium

Door

Leen Ballieu

Lot Verstraete

Praktische info

Datums

17 oktober 2024 - 13:30 - 16:00

Prijs

Prijs voor groepsaanbod en kampen:

0-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Prijs voor lezingen

Gratis voor iedereen

Aantal sessies

1

Voor wie

Volwassenen

Hulp bij

Angstgevoelens, Boosheid, Depressie, Eenzaamheid, Piekeren, Rouwverwerking, Stress, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking, Met de bus

Inhoud

Workshop gebaseerd op de geluksdriehoek.

Moeilijke momenten horen bij het leven. Hoe gaan we hier mee om? Wat is helpend om je evenwicht terug te vinden?

Wat brengt je net nog meer uit balans?

Via enkele doe-opdrachten ontdekken we samen meer hierover.

Contact en inschrijven

E-mailadres

leen.ballieu@poperinge.be

Inschrijven

https://www.poperinge.be/activiteiten/detail/6609/omgaan-met-moeilijke-momenten

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/omgaan-met-moeilijke-momenten